ШКОЛА ГАСТРОНОМА

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

№17 (49) СЕНТЯБРЬ 2008



ISSN 1819-9488
08017

Мистраль



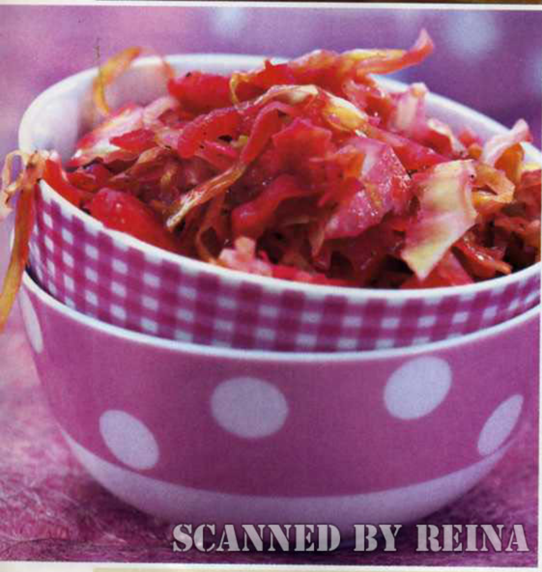






Дорогие друзья!
Те, кто знает английский язык, конечно, слышали пословицу One apple a day keeps a doctor away. Для остальных мы перевели ее на русский язык: «Яблоко на ужин – и доктор вам не нужен». Действительно, в яблоках нет жира и холестерина, зато есть много полезных для организма веществ.
Археологи утверждают, что даже пещерные люди ели яблоки. Это и сегодня один из самых популярных фруктов на земле и, пожалуй, самый универсальный. В этом вы убедитесь, познакомившись с выбранными нами рецептами.
Желаем здоровья и удачи.

Ваша редакция





условные обозначения

- вегетарианское питание
- легкие рецепты
- блюда, которые подходят для детей
- рецепты средней сложности
- M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи
- рецепты для опытных кулинаров
- * полезный совет

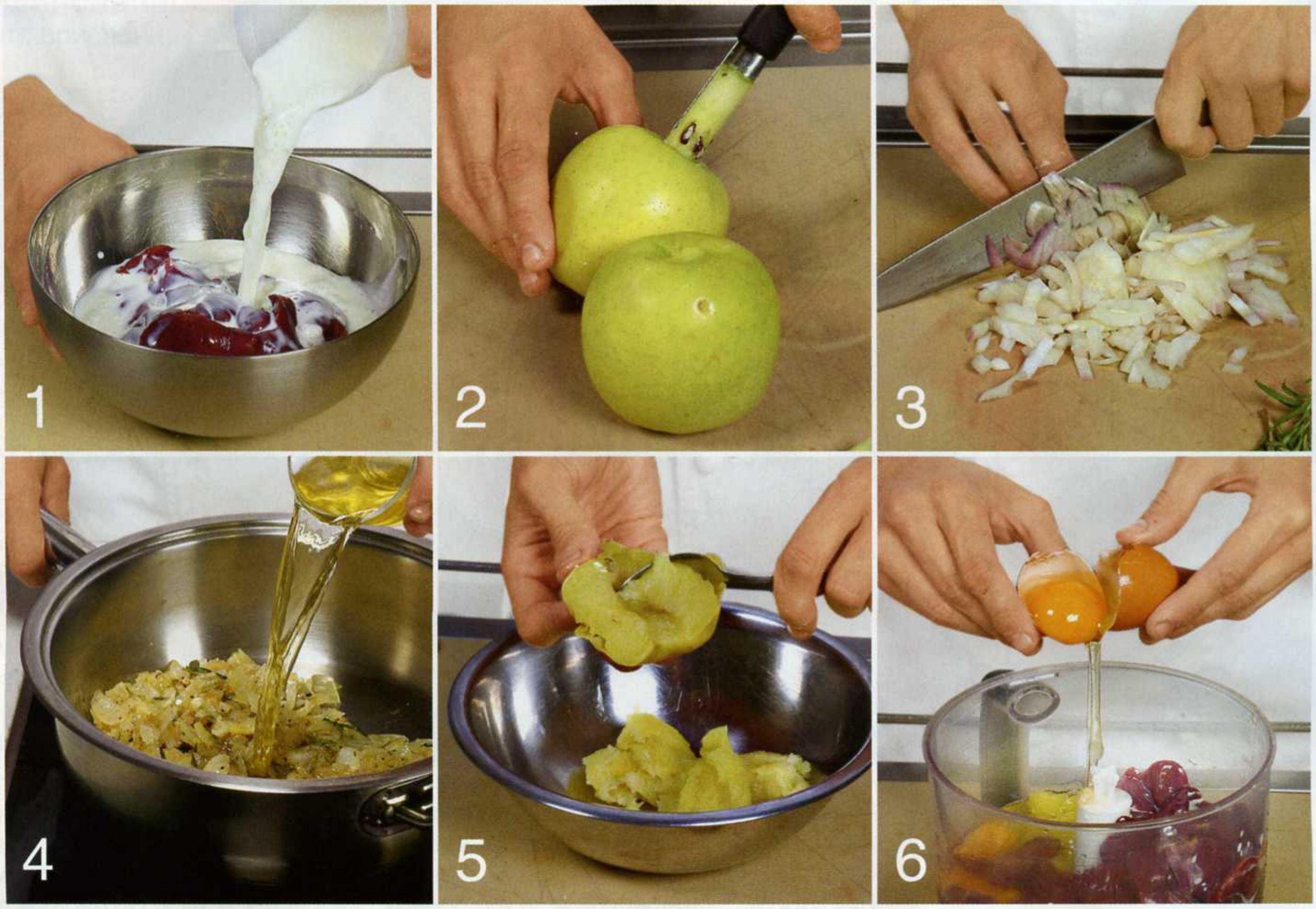
содержание



2 печеночный паштет с яблоками
4 салат «вальдорф»
6 колслоу с яблоками
8 баклажанная икра с яблоками
9 куриные грудки с яблочным пюре
10 яблоки с беконом по-шведски
12 свинина с яблочной горчицей
14 баранина с антоновскими яблоками
15 рыбные рулеты с яблоками
16 утка с яблоками в горшочках
18 яблоки, фаршированные курицей
20 капуста, тушенная с яблоками
21 морковно-яблочные котлеты
22 макаронная запеканка с яблоками
23 яблоки, запеченные с творогом и гранатами
24 классический яблочный пай
26 яблочные кексы
27 яблочные тарталетки
28 яблочный пудинг
30 нарядное яблоко



печеночный паштет с яблоками



ЧТО НУЖНО:

- **300 г** куриной печенки
- **200 мл** молока
- **2** больших яблока
- **1** луковица
- **1** веточка розмарина
- **1** лавровый лист
- **1 ст. л.** горошин белого перца
- **300 мл** портвейна или мадеры
- **3** яйца + 2 желтка
- **75 г** сливочного масла
- **3 ст. л.** растительного масла
- **2 ч. л.** соли
- • свежемолотый черный перец

Время подготовки: 8 часов
Время приготовления: 1 час 20 мин.
Порций: 8
В 1 порции: 254,7 ккал,
белки – 11,1 г, жиры – 20,2 г, углеводы – 7,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Куриную печенку вымыть, замочить в молоке и поместить в холодильник на 8 ч. Затем тщательно обсушить.

2 Яблоки вымыть, аккуратно вырезать сердцевину и запечь в разогретой до 180 °С духовке, 10 мин. Дать остыть.

3 Лук очистить и измельчить. Розмарин разобрать на листики. Горошины перца раздавить. Разогреть в сотейнике растительное масло, обжарить лук, розмарин, перец и раскрошенный лавровый лист, 4 мин.

4 Влить портвейн и готовить на сильном огне, периодически помешивая, 10 мин. Снять с огня, добавить сливочное масло, перемешать до его полного растворения. Дать остыть.

5 Из яблочной кожуры аккуратно вынуть мякоть.

6 Переложить луковую смесь в блендер, добавить яблочное пюре, куриную печенку, яйца и желтки. Взбить в однородную массу, затем протереть через сито. Приправить солью и перцем. Разложить получившуюся массу по порционным формочкам, накрыть и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 40 мин. Дать остыть до комнатной температуры, затем переставить в холодильник минимум на 4 ч.



салат «вальдорф»

Этот салат получил свое название в честь нью-йоркского отеля «Вальдорф-Астория», к открытию которого в 1893 году он и был придуман. Как правило, его подают к холодной ветчине или буженине.

ЧТО НУЖНО:

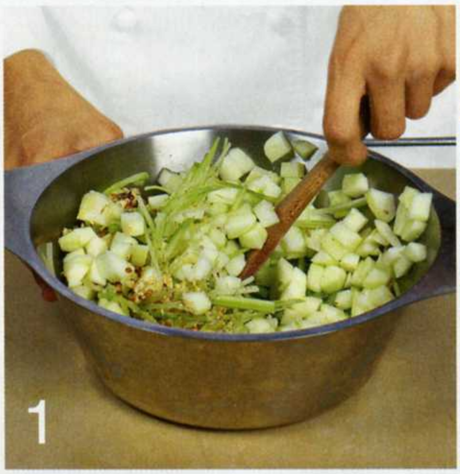
- **2** средних зеленых яблока
- **250 г** черешков сельдерея
- **100 г** грецких орехов
- **100 г** майонеза
- **4 ст. л.** сливок
- **2 ст. л.** лимонного сока
- **2–3** горошины свежемолотого черного перца
- **3** горошины свежемолотого душистого перца
- соль

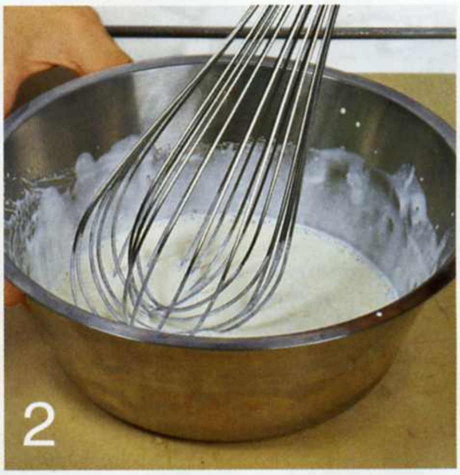
Время приготовления: 20 мин. + 2 часа
Порций: 2
В 1 порции: 785,1 ккал,
белки – 10,5 г, жиры – 73,3 г, углеводы – 20,8 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Черешки сельдерея очистить от верхней кожицы, вымыть и нарезать тонкой соломкой. Яблоки очистить, нарезать кубиками, сбрызнуть лимонным соком. Орехи порубить. Положить все ингредиенты в миску и перемешать.

2 Сливки слегка взбить, смешать с майонезом, лимонным соком, солью, черным и душистым перцем. Заправить салат и поставить на 2 ч в холодильник.


1


2

Майонез Calve подчеркнет вкус Ваших любимых блюд, а его консистенция идеально подойдет ко всему, чтобы вы ни готовили. Об этом знают многие потребители, которые не только охотно готовят свои любимые блюда вместе с Calve, но и делятся своими рецептами на сайте www.calve.ru!

Фаршированное ассорти

Рецепт, присланный победителем кулинарного конкурса от Calve



Самойлова Анастасия Андреевна, г. Зарайск, МО.



- ***Шампиньоны – 2-3 шт.***
- ***Куриное филе – 250 г***
- ***Цукини – 1 шт.***
- ***Помидоры – 2 шт.***
- ***Болгарский перец – 2 шт.***
- ***Майонез Кальве – 2 ст. л.***
- ***Сыр – 50 г***
- ***Зелень***
- ***Растительное масло***

Шампиньоны промыть, отрезать у них "ножки", из перца аккуратно вырезать семена, а из помидоров – мякоть, у цукини срезать от краев по 4 см и удалить мякоть. Подготовленные (очищенные от внутренностей) овощи и грибы обдать кипятком и отложить в сторону.

Оставшуюся мякоть от овощей и ножки грибов мелко порезать. Куриное филе мелко порубить или пропустить через мясорубку. Куриное филе и мякоть от овощей хорошо перемешать, слегка обжарить на растительном масле и посолить. Добавить к курино-овощному фаршу 2 ст. л. майонеза Calve и жарить на сковородке еще 30 секунд.

Наполнить подготовленные овощи и грибы курино-овощным фаршем, сверху посыпать тертым сыром. Получившееся блюдо запекать в духовом шкафу 5 минут при температуре 180°С.

Подавать в горячем виде, посыпав сверху зеленью.

В приготовлении любого блюда таится множество секретов, которыми поделились с нами участники прошедшего конкурса "Подчеркните настоящий вкус" от Calve.



1. Печенка становится очень вкусной, если, прежде чем жарить, подержать ее 1-2 часа в молоке. Во время жаренья ее не следует протыкать вилкой. Солить печенку следует перед самым концом жаренья.

2. Для украшения многих блюд отлично подойдет майонез Calve: в сочетании с кетчупом или томатной пастой он даст приятный нежно-розовый оттенок, а смешав майонез с соком петрушки либо добавив в него мелко измельченные листья шпината, можно добиться светло-зеленого оттенка.

3. Чтобы равномерно смазать растительным маслом противень, возьмите половинку очищенного картофеля, наколите его на вилку, обмакните в масло и смажьте противень.

колслоу с яблоками



ЧТО НУЖНО:

- **2** красных яблока
- **2** крупные морковки
- **0,5** небольшого кочана белокочанной капусты
- **1** красный сладкий перец
- **3 ст. л.** лимонного сока
- **4 ст. л.** оливкового масла
- **4 ст. л.** майонеза
- • соль, перец по вкусу

Время приготовления: 15 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 343,3 ккал,
белки – 2,8 г, жиры – 30,7 г, углеводы – 13,9 г

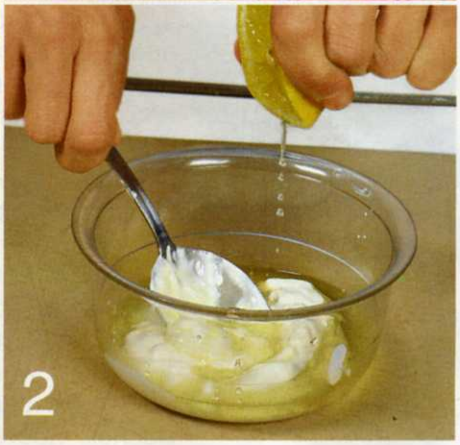
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Капусту очистить от верхних листьев, тонко нашинковать. Морковь очистить и натереть на крупной терке. Перец вымыть и нарезать соломкой, удалив сердцевину. Яблоки вымыть и нарезать тонкими дольками. Все перемешать в миске.

2 Взбить лимонный сок, оливковое масло и майонез, посолить, поперчить. Заправить салат.



1



2

баклажанная икра с яблоками

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 10
В 1 порции: 171, 1 ккал,
белки – 3,8 г, жиры – 6,2 г, углеводы – 37,7 г









ЧТО НУЖНО:

- **2** средних баклажана
- **2** больших помидора
- **2** средние луковицы
- **2** больших яблока
- **1** сладкий перец
- **2 ст. л.** растительного масла
- **2 ст. л.** сливочного масла
- соль, сахар по вкусу

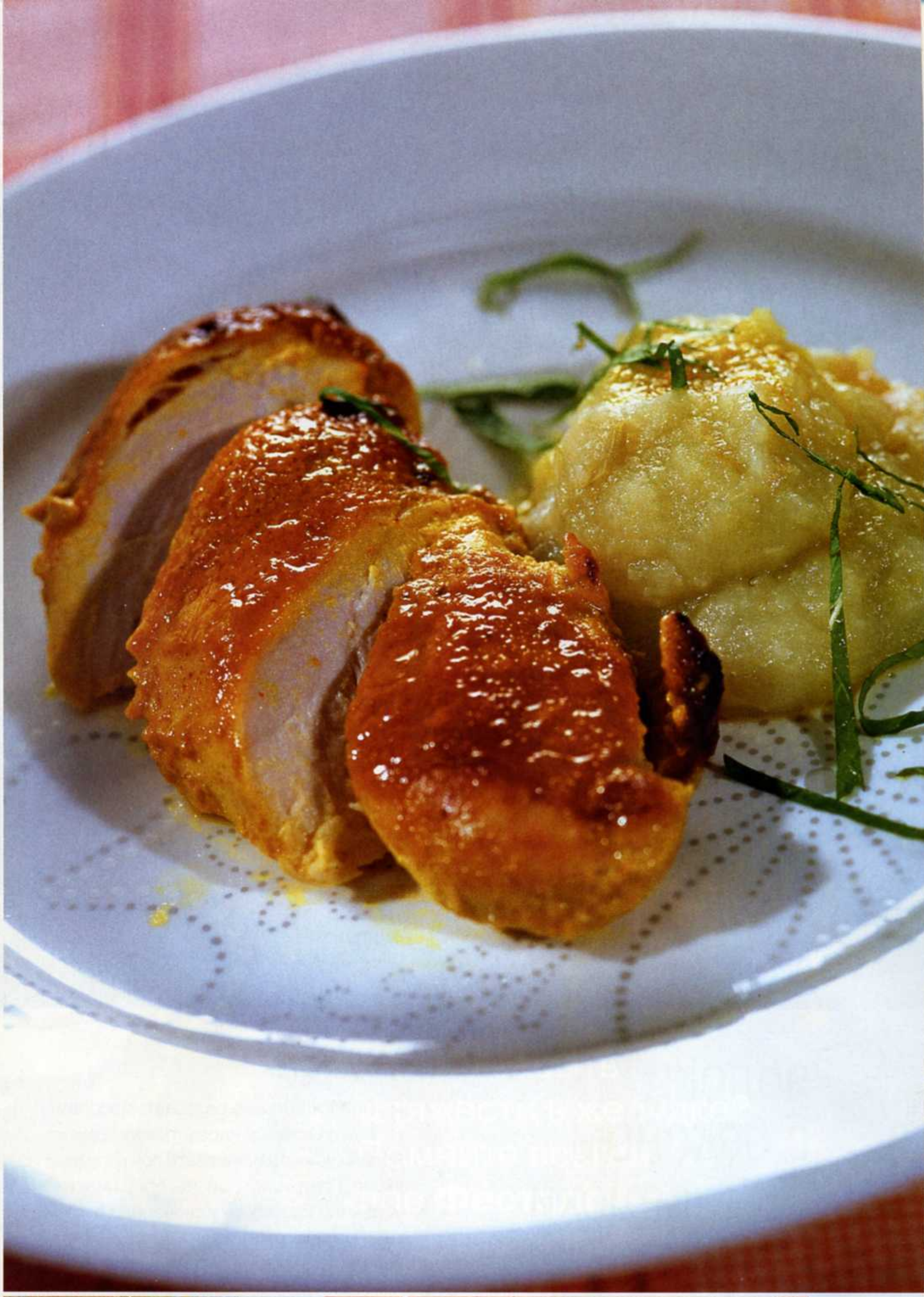
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Баклажаны разрезать вдоль пополам, положить на противень срезом вверх, сбрызнуть растительным маслом и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 10 мин. Дать остыть, затем аккуратно вынуть мякоть. Нарезать ее кусочками.

2 Лук, помидоры, перец и яблоки измельчить.

3 Разогреть в сотейнике сливочное масло, обжарить лук и перец, 4 мин. Добавить баклажаны и яблоки, готовить еще 4 мин. Положить помидоры вместе с соком, соль и сахар по вкусу, перемешать. Уменьшить огонь, накрыть крышкой и готовить, помешивая, 15 мин.

куриные грудки с яблочным пюре



ЧТО НУЖНО:

4 куриных филе
4 ст. л. сливочного масла
по 0,25 стакана меда и горчицы
0,25 ч. л. порошка карри
1 средний корень пастернака
1 картофелина
4 средних яблока
2 ст. л. сливок жирностью 9%
• соль по вкусу

Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 718, 1ккал,
белки – 57,5 г, жиры – 30,9 г, углеводы – 47,8 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Смешать масло, мед, горчицу и порошок карри. Выложить половину соуса в форму для выпечки. Поместить в нее грудки и перемешать. Пастернак и картофель очистить, яблоки вымыть и удалить сердцевину. Завернуть по отдельности в фольгу и поместить на противень.

2 Разогреть духовку до 200 °C. На средний уровень поставить противень с овощами и яблоками, на нижний – форму с куриными грудками. Готовить 30 мин. Затем добавить в форму с курицей оставшийся соус и вернуть в духовку. Запекать еще 30 мин.

3 Овощи и яблоки вынуть из фольги, переложить в миску и размять со сливками. Яблочную кожуру удалить.



1



2



3



яблоки с беконом по-шведски

ЧТО НУЖНО:

450 г нарезанного полосками бекона
2 больших яблока
2 луковицы
2 веточки укропа
2 веточки петрушки
2 ст. л. растительного масла

Время приготовления: 15 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 703,6 ккал,
белки – 12,0 г, жиры – 68,0 г, углеводы – 10,9 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Полоски бекона разрезать пополам. Лук очистить и нарезать кольцами. Яблоки вымыть и нарезать ломтиками. Укроп и петрушку вымыть, обсушить и измельчить. Разогреть в сковороде растительное масло, обжарить бекон, 2 мин. Добавить лук и готовить, помешивая, 1 мин.

2 Добавить яблоки, накрыть крышкой и тушить на небольшом огне 5 мин. Посыпать укропом и петрушкой, перемешать и сразу же подать на стол.







свинина с яблочной горчицей

ЧТО НУЖНО:

2 кг	свиного окорока
1	луковица
2	зубчика чеснока
2	яблока
50 г	кедровых орешков
1	пучок базилика
0,25	батона белого хлеба без корки
0,25	стакана оливкового масла
2 ст. л.	сливочного масла
1,5 ст. л.	итальянских сухих трав
•	соль, перец по вкусу

Для горчицы:

1	большое яблоко
3 ст. л.	зернистой острой горчицы

Время приготовления: 2 часа 30 мин.
Порций: 8
В 1 порции: 949,3 ккал,
белки – 40,2 г, жиры – 81,5 г, углеводы – 13,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук, чеснок и яблоки очистить и мелко нарезать. Базилик вымыть и обсушить. Хлеб натереть на терке. Разогреть в сковороде сливочное масло, обжарить лук и чеснок, 5 мин. Добавить яблоки и хлебные крошки, перемешать и готовить еще 2 мин. Снять с огня и дать остыть.

2 Измельчить в блендере базилик, чеснок и кедровые орешки. Не выключая блендер, влить оливковое масло. Половину получившегося соуса переложить в миску, добавить половину луково-яблочной смеси, посолить, поперчить по вкусу и перемешать.

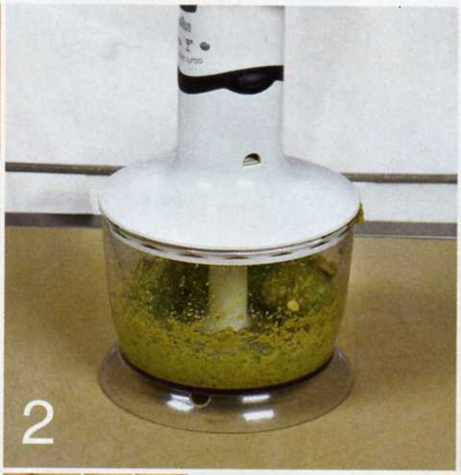
3 Оставшуюся луково-яблочную смесь выложить в блендер с оставшимся соусом и взбить до однородности. Приправить солью и перцем.

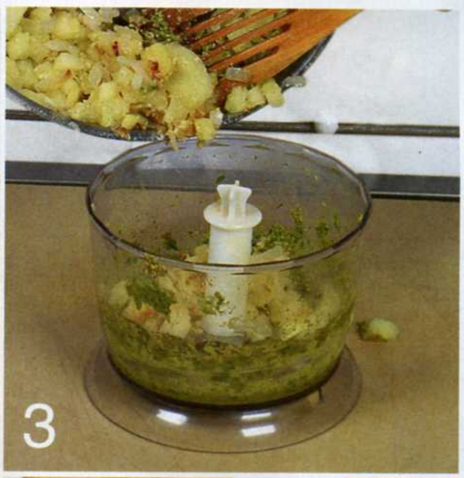
4 Свинину вымыть и тщательно обсушить. Сделать в куске глубокий и широкий надрез и вложить в него смесь соуса с измельченными луком и яблоками.

5 Перевязать мясо шпагатом, обмазать со всех сторон оставшейся смесью, переложить на противень, накрыть фольгой и поставить в разогретую до 200 °С духовку на 2 ч. За 30 мин. до готовности снять фольгу.

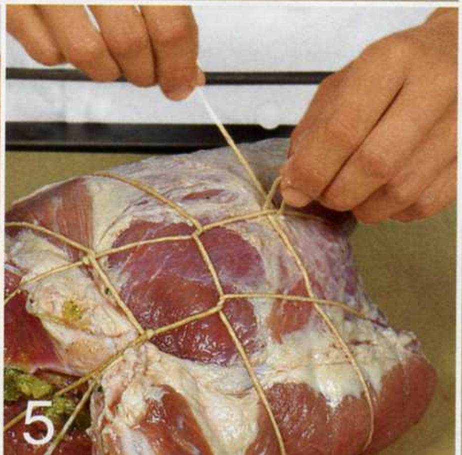
6 Приготовить горчицу. Яблоко запечь в микроволновой печи, 3 мин. Аккуратно вынуть мякоть и смешать с горчицей. Подать к свинине.

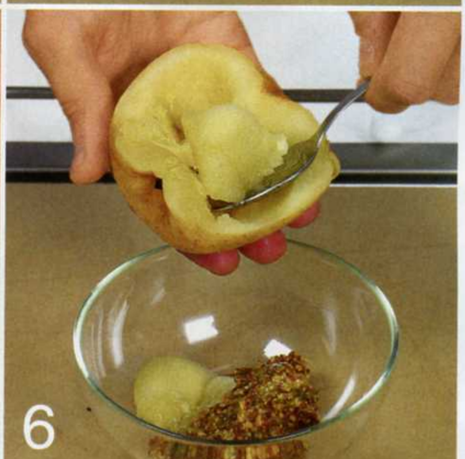
















баранина с антоновскими яблоками

ЧТО НУЖНО:

- **500 г** баранины
- **2** крупных антоновских яблока
- **4** картофелины
- **1** головка чеснока
- **1,5** пучка кинзы
- • соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час 40 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 379,3 ккал,
белки – 22,7 г, жиры – 21,0 г, углеводы – 24,8 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Мясо вымыть, обсушить, тонко нарезать. Яблоки вымыть, удалить сердцевину. Картофель очистить. Нарезать картофель и яблоки крупными ломтиками. Чеснок разделить на зубчики, не чистить. Зелень вымыть, обсушить и измельчить.

2 В кастрюлю с толстым дном поместить мясо. Затем выложить слоями половину картофеля, зубчики чеснока, яблоки и оставшийся картофель.

3 Посолить и поперчить, влить в кастрюлю с мясом и овощами 1 л воды. Готовить на небольшом огне под крышкой 1,5 ч. Перед подачей посыпать кинзой.

рыбные рулеты с яблоками

Время приготовления: 25 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 156,8 ккал,
белки – 21,2 г, жиры – 4,3 г, углеводы – 8,3 г







ЧТО НУЖНО:

- **500 г** филе белой рыбы
- **0,5** лимона
- **2** яблока
- **2 ст. л.** сливочного хрена
- **1** пучок укропа
- соль, перец по вкусу

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Яблоки вымыть и натереть на крупной терке, удалив сердцевину. Укроп вымыть, обсушить и измельчить. Смешать яблоки, укроп и хрен.

2 Филе рыбы вымыть, обсушить и разрезать на 4 тонкие пластины. Сбрызнуть соком лимона.

3 Выложить на филе начинку, свернуть рулетами, закрепить зубочистками. Слегка присолить и завернуть в фольгу. Готовить в разогретой до 200 °C духовке 15 мин.



СПОНСОР РЕЦЕПТА

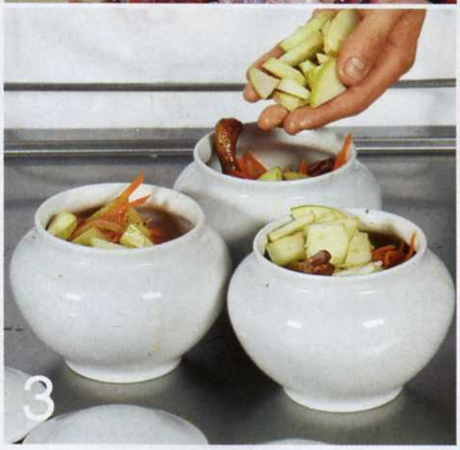
SANDOZ



утка с яблоками в горшочках









ЧТО НУЖНО:

- **1** утка весом 2–2,5 кг
- **6** средних яблок
- **6** больших картофелин
- **2** луковицы
- **2** морковки
- **1** пучок петрушки
- **400 г** сметаны
- **1 ст. л.** растительного масла
- соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 6
В 1 порции: 1735 ккал,
белки – 59,0 г, жиры – 144 г, углеводы – 50,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

Утка с яблоками – блюдо, давно ставшее кулинарной классикой. В разных вариантах оно встречается практически во всех национальных кухнях мира. И, как правило, для его приготовления используются очень похожие технологии, т. е. цельную тушку утки фаршируют яблоками и запекают в духовке.
Мы предлагаем несколько иной подход к хорошо знакомому блюду.

1 Утку вымыть, обсушить, при необходимости опалить. Разрезать на небольшие кусочки и обжарить в разогретом растительном масле, периодически переворачивая, 10 мин. Разложить равными порциями по горшочкам и оставить в теплом месте.

2 Лук, морковь и картофель очистить. Лук нарезать полукольцами, морковь – соломкой, картофель – ломтиками. Яблоки вымыть и нарезать такими же ломтиками, удалив сердцевину. Петрушку вымыть, обсушить и измельчить. В сковороду, где жарилась утка, положить картофель и готовить, время от времени помешивая, 4 мин. Добавить лук и морковь, готовить еще 4 мин. Разложить овощи по горшочкам.

3 Добавить в горшочки яблоки.

4 Сметану смешать с нарезанной петрушкой, солью и перцем.



5 Влить сметанный соус в горшочки. Накрыть крышками и поставить в разогретую до 200 °С духовку на 40 мин.



яблоки, фаршированные курицей

ЧТО НУЖНО:

8	средних яблок
500 г	куриного фарша
50 г	грецких орехов
50 г	чернослива без косточек
1	луковица
2	зубчика чеснока
1	яйцо
2 ст. л.	растительного масла
2 ст. л.	сливочного масла
1 ст. л.	сахара
1	стакан куриного бульона

Время приготовления: 55 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 644,4 ккал,
белки – 27,7 г, жиры – 44,1 г, углеводы – 34,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Чернослив промыть теплой водой и мелко нарезать. Орехи порубить ножом в крошку и обжарить на сухой сковороде, постоянно помешивая, 3 мин.

2 Лук и чеснок очистить и измельчить. Разогреть в сковороде масло, обжарить лук и чеснок, 4 мин. Добавить куриный фарш и готовить, разминая комки вилкой, 6 мин. Переложить в миску.

3 Добавить чернослив, орехи и яйцо, тщательно перемешать.

4 Яблоки вымыть, срезать верхушку и аккуратно вынуть сердцевину и часть мякоти, оставив по краям примерно 1 см.

5 Наполнить яблоки получившейся начинкой, накрыть срезанными верхушками и поставить в форму для запекания.

6 Растопить в сотейнике сливочное масло, добавить сахар и готовить, помешивая, 3 мин. Влить бульон, перемешать. Полить получившимся соусом яблоки, накрыть и поставить в разогретую до 180 °С духовку на 20 мин.

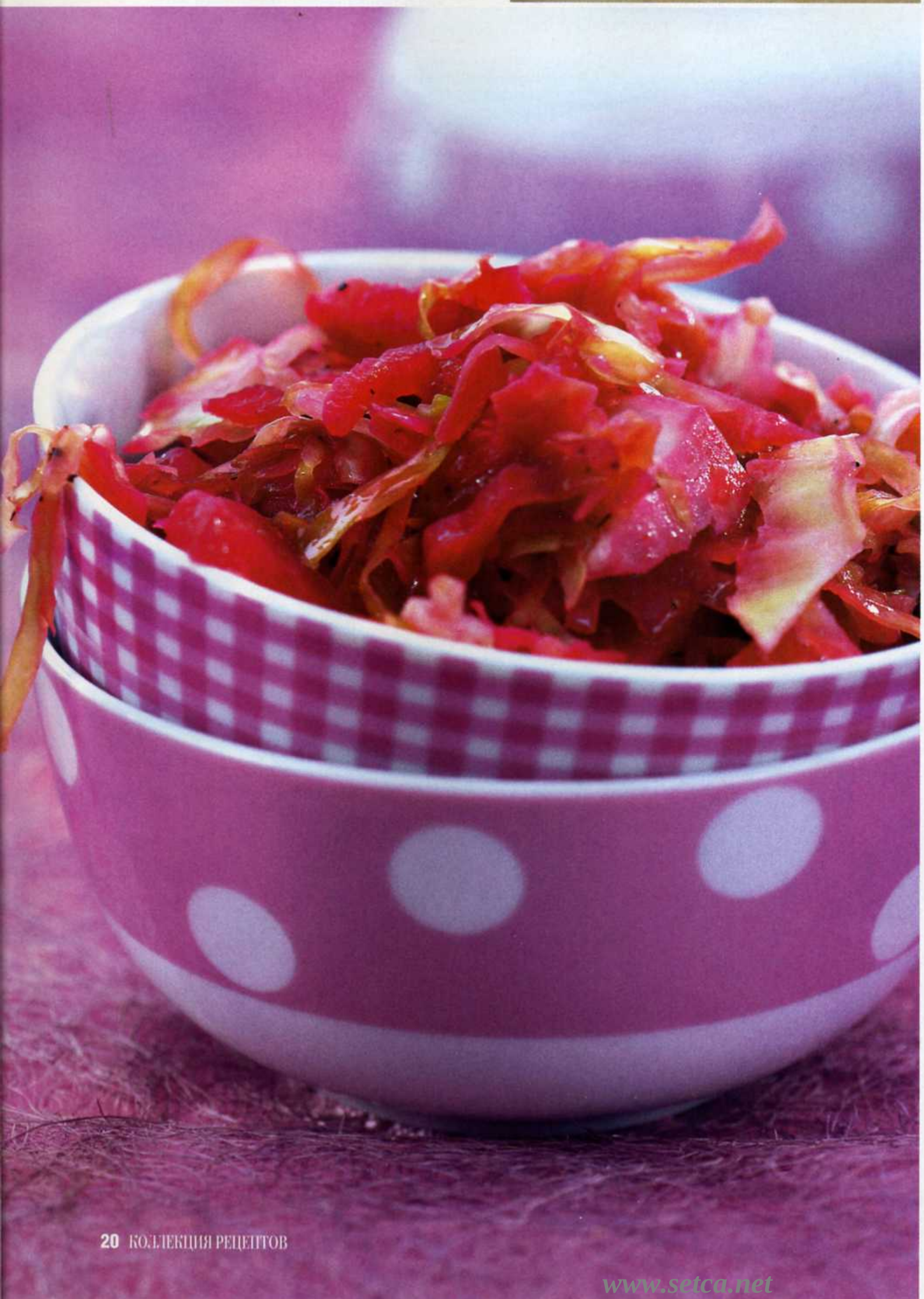


капуста, тушенная с яблоками

Время приготовления: 2 часа 10 мин.
Порций: 6
В 1 порции: 156,4 ккал,
белки – 3,0 г, жиры – 6,6 г, углеводы – 21,2 г







ЧТО НУЖНО:

1 кг	белокочанной капусты
1	небольшая свекла
500 г	твердых яблок
2	большие луковицы
0,25 ч. л.	молотой корицы
0,25 ч. л.	молотой гвоздики
•	сок 1 лимона
3 ст. л.	сахара
4 ст. л.	сливочного масла
•	соль по вкусу

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Капусту очистить от верхних листьев, разрезать на 4 части и тонко нашинковать, удалив кочерыжку. Лук очистить и нарезать полукольцами. Перетереть капусту с небольшим количеством соли.
Яблоки очистить и нарезать ломтиками, удалив сердцевину. Свеклу очистить, натереть на терке.
Смешать капусту с яблоками, луком, свеклой, корицей, гвоздикой, сахаром и соком лимона.

2 Выложить получившуюся овощную смесь в большую кастрюлю с толстым дном. Сверху небольшими кусочками разложить масло. Накрыть и поставить в разогретую до 160 °С духовку на 2 ч. Один или два раза капусту перемешать.

морковно-яблочные котлеты



ЧТО НУЖНО:

- **6** морковок
- **4** яблока
- **0,5** стакана молока
- **2 ст. л.** сливочного масла
- **2 ст. л.** манной крупы
- **1** яйцо
- **2 ст. л.** панировочных сухарей
- сливочное масло для обжаривания

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 6
В 1 порции: 197,5 ккал,
белки – 4,3 г, жиры – 8,5 г, углеводы – 25,9 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Морковь очистить, мелко нарезать. Яблоки вымыть, нарезать небольшими кубиками, удалив сердцевину. В сотейнике разогреть масло, добавить морковь и молоко, тушить 4 мин.

2 Добавить яблоки, манную крупу, соль и сахар. Тушить, помешивая, 3 мин. Полученную массу охладить, влить яйцо, перемешать.

3 Сформовать круглые котлетки, обвалять их в сухарях и обжарить в разогретом масле, по 3 мин. с каждой стороны. Подавать со сметаной.







макаронная запеканка с яблоками





ЧТО НУЖНО:

400 г пенне
2 больших яблока
2 ст. л. сахара
2 яйца
0,5 стакана молока
100 г белого шоколада
0,5 ст. л. ванильного сахара
20 г фисташек

Время приготовления: 25 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 605,8 ккал,
белки – 16 г, жиры – 15,0 г, углеводы – 101,4 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Пенне отварить до готовности согласно инструкции на упаковке. Яблоки вымыть и мелко нарезать, удалив сердцевину. Смешать пенне с яблоками, сахаром и ванильным сахаром. Яйца взбить с молоком и влить в макароны с яблоками.

2 Выложить получившуюся смесь в форму. Присыпать измельченным шоколадом. Запекать в разогретой до 180 °C духовке 15 мин. Перед подачей посыпать нарубленными фисташками.



яблоки, запеченные с творогом и гранатами



ЧТО НУЖНО:

4	больших яблока
400 г	творога
4 ст. л.	сахара
1	гранат

Время приготовления: 20 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 307,6 ккал,
белки – 17,7 г, жиры – 9,6 г, углеводы – 37,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

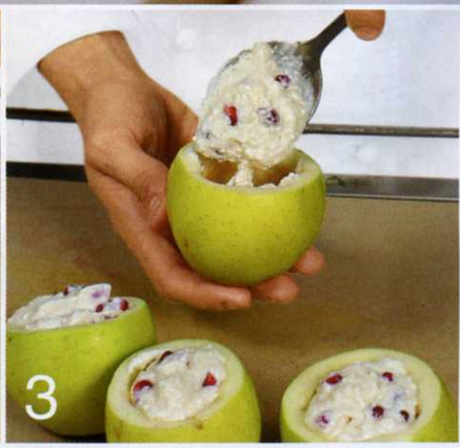
1 Гранат аккуратно очистить от кожуры и вынуть зерна.

2 Творог растереть с сахаром и перемешать с зернами граната.

3 Яблоки вымыть, срезать верхушку и аккуратно вынуть сердцевину и часть мякоти, оставив по краям примерно 1 см. Наполнить яблоки получившейся начинкой, накрыть срезанными верхушками и запечь в микроволновой печи, 4 мин.

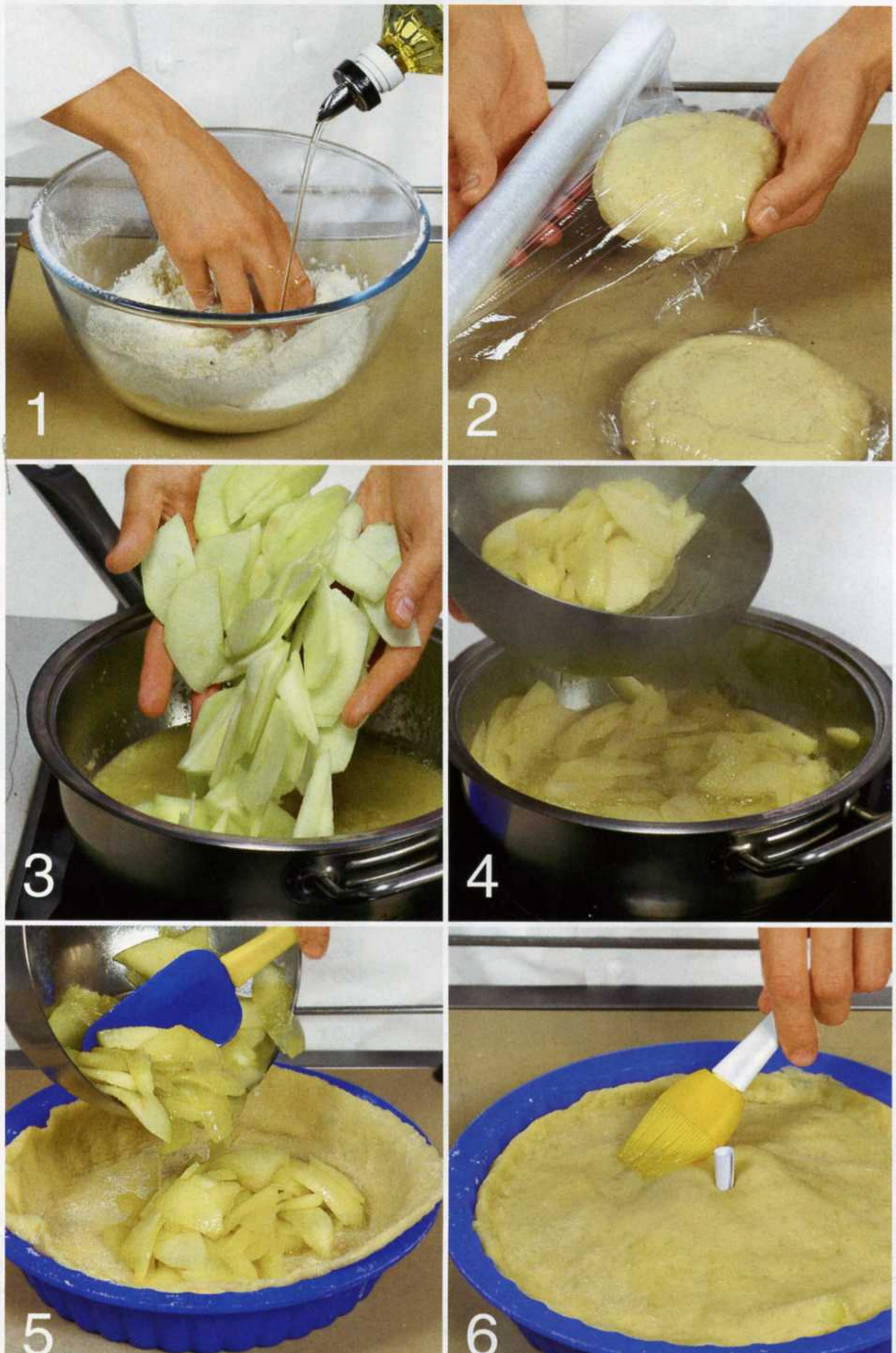








классический яблочный пай



ЧТО НУЖНО:

Для теста:

- **2** стакана муки
- **2 ст. л.** сахара
- щепотка соли
- **2/3** стакана растительного масла
- **6 ст. л.** ледяной воды

Для начинки:

- **4–5** крупных яблок
- **2 ст. л.** лимонного сока
- **120 г** сливочного масла
- **1** стакан сахара
- **2 ст. л.** муки
- **1 ч. л.** корицы

Время приготовления: 2 часа 20 мин.
Порций: 10
В 1 порции: 426,7 ккал,
белки – 4,4 г, жиры – 24,0 г, углеводы – 48,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Добавить в просеянную с солью муку сахар и растительное масло, перемешать. Не прекращая вымешивать, вливать по 1 ст. л. ледяную воду.

2 Разделить тесто на 2 части, одна должна быть чуть больше другой. Завернуть в пленку и положить на 1 ч в холодильник.

3 Яблоки очистить от кожуры и сердцевины. Нарезать тонкими дольками. Влить лимонный сок и перемешать. Растопить в сотейнике сливочное масло. Добавить яблоки и сахар. Готовить на среднем огне, помешивая, 15 мин.

4 Переложить яблоки в миску. Оставшийся сок уваривать еще 15 мин., влить в миску с яблоками. Дать яблокам остыть, затем добавить муку и корицу. Перемешать.

5 Выложить в силиконовую форму большую часть теста, распределить по всей форме. Выложить начинку.

6 Накрыть пирог оставшимся тестом. Защипать края. В центр вставить бумажную трубочку. Силиконовой кисточкой смазать верх пирога маслом, присыпать сахаром. Выпекать в разогретой до 180 °С духовке 1 ч.

Подавать с мороженым или взбитыми сливками.

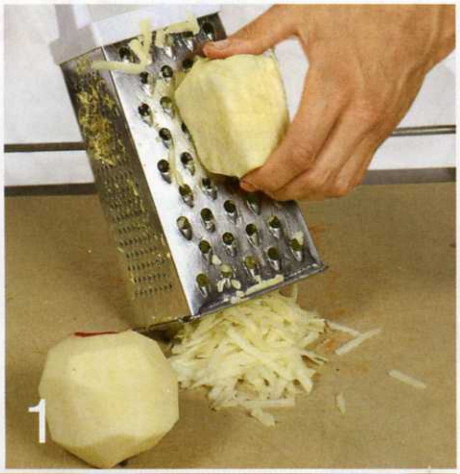
КСТАТИ

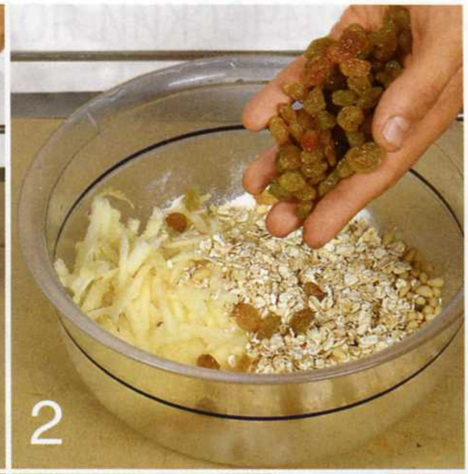
Силиконовые формы ХОРС, в отличие от металлических, хороши тем, что в них можно приготовить выпечку с нежной начинкой – готовый пирог легко вынуть неповрежденным, слегка отогнув края формы.

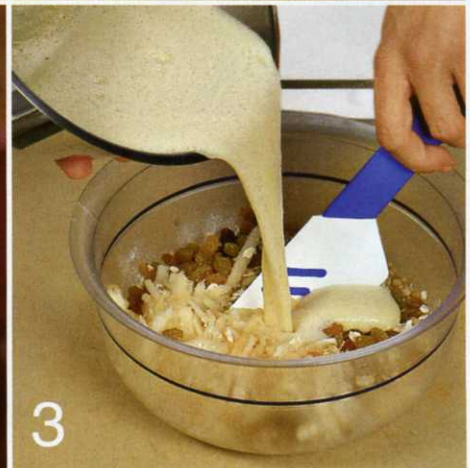


яблочные кексы

Время приготовления: 40 мин.
Порций: 12
В 1 порции: 239,6 ккал,
белки – 4,0 г, жиры – 8,4 г, углеводы – 37,0 г









ЧТО НУЖНО:

- **200 г** мюсли
- **160 г** муки
- **100 г** сахара
- **140 г** яблок
- **100 г** изюма
- **1** яйцо
- **80 мл** растительного масла
- **250 мл** молока
- **1 ст. л.** разрыхлителя

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Яблоки очистить и натереть на крупной терке.

2 Муку вместе с разрыхлителем просеять в большую миску. Добавить мюсли, сахар, яблоки и изюм.

3 В другой миске взбить яйцо с растительным маслом и молоком. Аккуратно влить получившуюся смесь в миску с мукой, тщательно перемешать. Выложить получившееся тесто в формочки для кексов и запекать 30 мин. в разогретой до 160 °С духовке.



яблочные тарталетки

ЧТО НУЖНО:

- **0,5** упаковки готового слоеного теста
- **6** больших яблок
- **4 ст. л.** сахара
- **2 ст. л.** лимонного сока
- **4 ч. л.** сливочного масла
- сахарная пудра

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 705,3 ккал,
белки – 7,5 г, жиры – 31,8 г, углеводы – 97,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Разогреть духовку до 210 °С. Противень смазать маслом. Тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать из него 4 круга диаметром 15 см. Положить круги на противень, сделать на поверхности проколы вилкой. Поставить противень в холодильник.

2 В миску налить холодную воду, развести в ней лимонный сок. Яблоки вымыть, нарезать дольками и положить в лимонную воду на 3–4 мин.

3 Выложить яблоки на тесто высокими горками, присыпать сахаром. Сверху положить 1 ч. л. масла. Выпекать 25 мин. Присыпать сахарной пудрой.



1



2



3


СПОНСОР РЕЦЕПТА
Мистраль

яблочный пудинг

Время приготовления: 1 час 15 мин.
Порций: 8
В 1 порции: 470,8 ккал,
белки – 6,2 г, жиры – 25,2 г, углеводы – 54,8 г













ЧТО НУЖНО:

- **1,5 кг** зеленых яблок
- • сок и цедра одного лимона
- **4 ст. л.** белого вина
- **1 ч. л.** молотой корицы
- **3** бутона гвоздики
- **100 г** белого сахара
- **150 г** сливочного масла
- **125 г** сухарей
- **125 г** любых орехов
- **75 г** **универсального коричневого сахара «Мистраль»**
- **2** яичных белка

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Яблоки вымыть, очистить, разрезать на 4 части и удалить сердцевину. Нарезать яблоки ломтиками. Уложить в миску и сбрызнуть лимонным соком.

2 Орехи измельчить и смешать с сухарями и **универсальным коричневым сахаром «Мистраль»**. В сковороде разогреть сливочное масло и обжарить смесь до золотисто-коричневого цвета, 3 мин.

3 В вино добавить цедру лимона, 50 г белого сахара, корицу и гвоздику. Прогревать вино на маленьком огне в течение 10 мин.

4 В жаропрочную форму выложить слоями яблоки. Каждый слой пересыпать смесью орехов с сухарями. Полить горячим вином. Поместить форму с яблоками в разогретую до 200 °С духовку на 25 мин.

5 Белки взбить в пышную пену, постепенно добавляя оставшийся сахар. Переложить в кулинарный мешок.

6 Форму с яблоками вынуть из духовки. Духовку не выключать. Уложить белки по краю формы. Вернуть пудинг в духовку еще на 20–25 мин.

КСТАТИ

Универсальный коричневый сахар «Мистраль» предназначен для ежедневного использования вместо белого сахара. Он отлично подойдет для любого блюда и придаст неповторимый вкус чаю, кофе, кашам и выпечке.





СПОНСОР РЕЦЕПТА

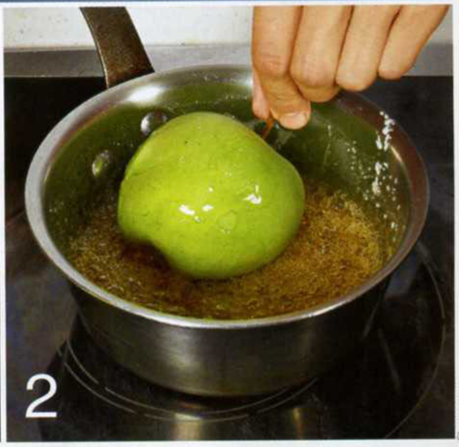
Мистраль

нарядное яблоко

ЧТО НУЖНО:

4 зеленых яблока
200 г сахара
200 г черного шоколада
100 г миндаля





Время приготовления: 20 мин.
Порций: 4
В 1 порции: 740,5 ккал,
белки – 8,3 г, жиры – 32,0 г, углеводы – 104,7 г

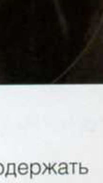
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Шоколад положить в сотейник и поставить в посуду большего размера, наполненную кипящей водой. Готовить на среднем огне, постоянно размешивая, пока весь шоколад не растопится.

2 Сахарный песок всыпать в сотейник и поставить на средний огонь. Когда весь песок растопится, добавить 4 ст. ложки кипяченой воды. Готовить на маленьком огне, пока карамель не станет темно-золотой. Обмакнуть в карамель яблоки и немного подержать на весу, чтобы стекли излишки. Обмакнуть яблоки в растопленный шоколад. Миндаль порубить ножом и обсыпать им яблоки. Поместить в холодильник, чтобы шоколад затвердел.

КСТАТИ

Мелкий коричневый сахар «Мистраль» быстро растворяется и наполняет блюдо мягким карамельным вкусом. Особенно рекомендуется для выпечки, десертов и фруктовых салатов.





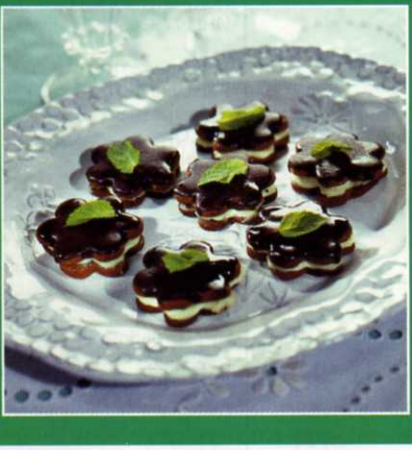
новый номер выйдет 22 сентября

где купить

- **Силиконовые формы ХОРС**
  www.xopc.com
- **Мистраль**
  во всех крупных супермаркетах
  www.tkmistral.ru







ШКОЛА ГАСТРОНОМА

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

№ 17 (49), сентябрь 2008
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ООО «Бонниер Пабликейшенз»

Адрес редакции: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2,
тел./факс: (495) 725-1070,
e-mail: mail@phbp.ru
www.gastronom.ru
www.gastromag.ru

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 202 300 экз.
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Вадим Жадько, Игорь Савкин

Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного наследия. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС77-32211 от 09.06.2008г.